
MISE EN FORME : UN CANADIEN SUR CINQ SE DIT ÊTRE EN MAUVAISE SANTÉ PHYSIQUE, LA PLUPART ATTRIBUANT SES PROBLÈMES À UN MANQUE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE.

JACK JEDWAB, PRÉSIDENT ET DIRECTEUR GÉNÉRAL
ASSOCIATION D'ÉTUDES CANADIENNES (AEC)
PRÉSIDENT DU RÉSEAU COVID-19 SOCIAL IMPACTS NETWORK
23 JUIN 2021

INTRODUCTION : PRÈS D'UN CANADIEN SUR CINQ SE DIT ÊTRE EN MAUVAISE SANTÉ PHYSIQUE DEPUIS LA COVID-19

Bien que l'on ait légitimement accordé beaucoup d'attention aux problèmes de santé mentale dus aux circonstances sociales et économiques auxquelles la Covid 19 a donné lieu, les décideurs ne devraient pas négliger l'impact de la contagion sur l'état de santé physique des Canadiens. Au cours des deux derniers mois, près d'un Canadien sur cinq, interrogé par Léger en partenariat avec l'Association d'études canadiennes, déclare que depuis le début de la crise de Covid 19, sa santé physique est mauvaise.

Lorsqu'on leur demande de préciser comment leur santé a été affectée, la plupart d'entre eux déclarent qu'ils ne sont pas en forme parce qu'ils font moins d'exercice, sont moins actifs et ne sortent pas. Nos autorités publiques devront encourager les Canadiens à être actifs, ce qui pourrait être un élément important dans la lutte contre les problèmes de santé mentale, car l'enquête Léger-ACS montre une corrélation très forte entre une bonne santé physique et mentale. L'enquête a été menée via un panel web du 21 au 23 mai 2021 auprès de 1532 Canadiens.

À partir des données du recensement de 2016, les résultats ont été pondérés en fonction du sexe, de l'âge, de la langue maternelle, de la région, du niveau d'éducation et de la présence d'enfants dans le ménage, afin de garantir un échantillon représentatif de la population.

Aucune marge d'erreur ne peut être associée à un échantillon non probabiliste (panel Web dans ce cas). Cependant, à des fins de comparaison, un échantillon probabiliste de 1532 répondants aurait une marge d'erreur de $\pm 2,52\%$, 19 fois sur 20. Les résultats de la recherche présentés ici sont entièrement conformes aux normes de recherche sur l'opinion publique et aux exigences de divulgation du CRIC.

LA COHORTE LA PLUS JEUNE EST LA PLUS SUSCEPTIBLE DE FAIRE ÉTAT D'UNE MAUVAISE SANTÉ PHYSIQUE

Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé physique ? Du 21 au 23 mai 2021	
Santé physique	Mauvais
Total	18%
Hommes	17%
Femmes	19%
18-34	25%
35-54	19%
55 plus	11%
Atlantique	14%
Québec	20%
Ontario	20%
MB/Sask	16%
Alberta	15%
BC	14%

LES PERSONNES QUI DÉCLARENT AVOIR UNE MAUVAISE SANTÉ PHYSIQUE DISENT QUE LE PRINCIPAL EFFET A ÉTÉ LA DIMINUTION DE L'EXERCICE/DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE, LA PRISE DE POIDS ET LA DIMINUTION DE L'ACTIVITÉ.

Veillez nous dire en une phrase comment votre santé physique a été spécifiquement affectée ?

	Les dix premiers
Moins d'exercice/activités physiques	36%
J'ai pris du poids	17%
Sortir moins / rester plus souvent à l'intérieur	16%
Plus de temps d'écran / plus de sédentarité	11%
Douleurs musculaires / inflammation / problèmes de mobilité	6%
Manger sous l'effet du stress	6%
Moins d'activité	6%

LA COHORTE LA PLUS JEUNE DÉCLARANT ÊTRE EN MAUVAISE SANTÉ PHYSIQUE EST BEAUCOUP PLUS SUSCEPTIBLE DE DÉCRIRE UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉDUITE COMME PRINCIPAL EFFET.

Veuillez nous dire en une phrase comment votre santé physique a été spécifiquement affectée ?							
	Total	18-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65 +
Moins d'exercice/activités physiques	36%	48%	43%	35%	26%	34%	18%
J'ai pris du poids	17%	14%	22%	16%	19%	20%	4%
Sortir moins / rester plus souvent à l'intérieur	16%	19%	20%	10%	15%	18%	8%
Plus de temps d'écran / plus de sédentarité	11%	17%	18%	8%	7%	4%	6%
Problèmes de santé / mauvaise santé (non spécifié)	7%	10%	4%	7%	8%	12%	0%
Douleurs musculaires / inflammation / problèmes de mobilité	6%	3%	4%	4%	7%	16%	3%
Manger sous l'effet du stress	6%	8%	9%	5%	8%	5%	0%

LES PERSONNES QUI DÉCLARENT AVOIR UNE MAUVAISE SANTÉ PHYSIQUE DÉCLARENT UN TAUX TRÈS ÉLEVÉ DE MAUVAISE SANTÉ MENTALE.

Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé mentale ?	Depuis le début de la crise de la COVID-19, comment évaluez-vous votre santé physique ?					Total
	Excellent	Très bien.	Bon	Mauvais	Très mauvais	
Excellent	57.1%	12.9%	4.4%	3.1%		11.0%
Très positif	17.0%	41.4%	9.2%	3.5%	7.1%	16.8%
Positif	19.7%	34.8%	54.7%	36.5%	14.3%	43.1%
Mauvais	5.4%	9.3%	22.3%	43.8%	42.9%	21.4%
Très mauvais	0.7%	0.8%	4.0%	10.0%	35.7%	4.4%
Je ne sais pas / Je préfère ne pas répondre.		0.8%	5.4%	3.1%		3.3%
Total	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

DE NOMBREUSES PERSONNES SE DÉCLARANT ANXIEUSES ET STRESSÉES DISENT QUE LEUR DEGRÉ D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Veuillez nous dire en une phrase comment votre santé physique a été spécifiquement affectée ?	Veuillez nous dire en une phrase comment votre santé mentale a été spécifiquement affectée ?		
	Dépression (20)	Anxiété / stress (36)	Isolement / solitude (17)
Moins d'exercice/activités physiques	15.0%	30.6%	23.5%
J'ai pris du poids	15.0%	8.3%	5.9%
Sortir moins / rester plus souvent à l'intérieur	20.0%	13.9%	35.3%
Problèmes de santé / mauvaise santé (non spécifié)	15.0%	2.8%	
Manger sous l'effet du stress		13.9%	5.9%

© 2021 Association d'études canadiennes
Tous droits réservés.

Créé le 23 juin 2021



www.acs-aec.ca